

Auszeit
„Zurück zu Mir“

Haus Grubbach
Spital am Pyhrn/Oberösterreich



Dein Anfang Dein: „Erst, wenn...“



Erst, wenn alles um dich ruhig wird, beginnst du dir selbst zuzuhören.

Erst, wenn du dir selbst zuhörst, hörst du dich sprechen.

Erst, wenn du deinen Körper dehnt und streckst, spürst du wie stark du wirklich bist.

Erst, wenn du deine Stärke spürst, traust du dir neue Wege zu gehen

Erst, wenn du dich auf den Weg machst, bemerkst du die Schwere deines mitgebrachten Gepäcks.

Erst, wenn du dein Gepäck zu schwer wird, lässt du Altes los und Neues zu.

Und dann?! ..Dann erinnere dich...



Erinnere dich, wie es sich anfühlt zu genießen.

Erinnere dich, wie es sich anfühlt zu vertrauen.

Erinnere dich, dass du deine eigene Welt erschaffst.

Erinnere dich, wie es sich anfühlt aus deinem Inneren zu strahlen.

Erinnere dich, dass du deine Heimat seit Anbeginn in deinem Herzen trägst.

Erinnere dich, dass du immer geliebt und getragen bist von allem Sein in dieser Existenz.

... ERINNERE DICH ...





“

Manches Mal kann eine Auszeit vom eigenen alltäglichen Leben den Fokus neu ausrichten und die Ungleichgewichte wieder neu ausbalancieren. Es ist die Aufgabe und Verantwortung des Einzelnen ein zufriedenes und angenehmes Leben für sich selbst zu erschaffen. Um auf diese Weise sich selbst, der Gemeinschaft und unseren Nachkommen zu dienen. Dafür gibt es Orte wie das Haus Grubbach. Orte, die deinen Raum öffnen. Deinen eigenen Raum für Heilung und Entwicklung. Den Raum für deine eigene Magie.

”

Martina Reiter



Du hast die Wahl: Appartement oder freier Nachthimmel?



Das „Haus Grubbach“ liegt inmitten der Natur im idyllischen kleinen Bergdorf Spital am Pyhrn im südlichen Oberösterreich. Hier findest du die Möglichkeit deine Auszeit in einem familiären und heimeligen Appartement auch für längere Zeit zu verbringen. Für die Sommermonate gibt es die Möglichkeit deine gesamte Tagesstruktur zusätzlich auch im Freien zu verbringen (inklusive Nächtigung und Kochen am Lagerfeuer unter freiem Himmel sowie Bäder im kalten, aber reinen Gebirgsbächlein direkt am Grundstück)



Inhalte:

- Tägliche Meditationseinheiten in Stille
- Tägliche Qi Gong Einheiten (für Anfänger)
 - Tägliche Beratungsgespräche
- Täglicher Spaziergang/Wanderung durch die Berge
- Unterbringung nach Wahl und Verfügbarkeit im Appartement oder im Freien
 - Mindestaufenthalt: 2 Nächte



Martina Reiter



- Lebens- und Sozialberaterin in Ausbildung und Supervision (Bildungshaus Breitenstein)
 - Kinder- und Jugendcoach der Vera F. Birkenbihl Akademie
- Diplomierte Montessoripädagogin für Kinderhaus und Schule (BEL)
- Menschenrechtsbildnerin für Schulen (Amnesty International)
- Kommunikationstrainiert nach Thomas Gordon „Familienkonferenz“
- Persönlichkeitsentwicklungslehrgang (Bildungshaus Breitenstein)
 - Eingeweiht in Shambavi Kriya (Sadhguru)
 - Abgeschlossener „Inner Engineering“ Lehrgang (Sadhguru)
 - Diplomierte Hotelmanagerin (HLT Bad Leonfelden)
 - Eigentümerin „Haus Grubbach“
 - Mama von drei Jungs



Martina Reiter
Haus Grubbach
Sonnenhang 73
4582 Spital am Pyhrn

Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln
(Zug und Bus) gut möglich.

Martina Reiter

Haus.grubbach@gmail.com

0043 676 3603782



* * * Wir freuen uns auf dich * * *

